FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

LA C ÇA VA TROP LOIN

Par Mikemike Posté le 24/01/2023 à 23h03

Bonsoir tout le monde, je viens vers vous car je suis un consommateur de C. Au début c'était occasionnel et festif mais c'est vite devenu plus fréquent.
Aujourd'hui c'est tous les jours, à tel point que je me suis mis dans une situation financière très difficile.
J'ai vraiment envie d'arrêter et ne pas y replonger encore et encore.
Comment peut-on faire ???
Merci à vous

1 RÉPONSE

Mel1217 - 28/01/2023 à 02h10

Bonjour Mikemike. Je ne peux que te conseiller de prendre rendez-vous avec un professionnel et de tout lui dire. Je ne suis pas accro de mon côté mais conjoint l'es et seul il n'y arrive pas. Il y a eu beaucoup de publication sur ce forum et tu peux aller chercher des conseils auprès d'eux. Certains on installé une application sur leur téléphone. Celle que j'ai trouvé est en anglais mais le principe peut aider grâce à son décompte des heures sans coke. Je me dis aussi qu'avoir une personne de confiance à appeler au moment du « craving » peut t'aider à ne pas céder. Je te souhaite bon courage. Dis toi que tu n'es pas seul et que d'autres ont réussit